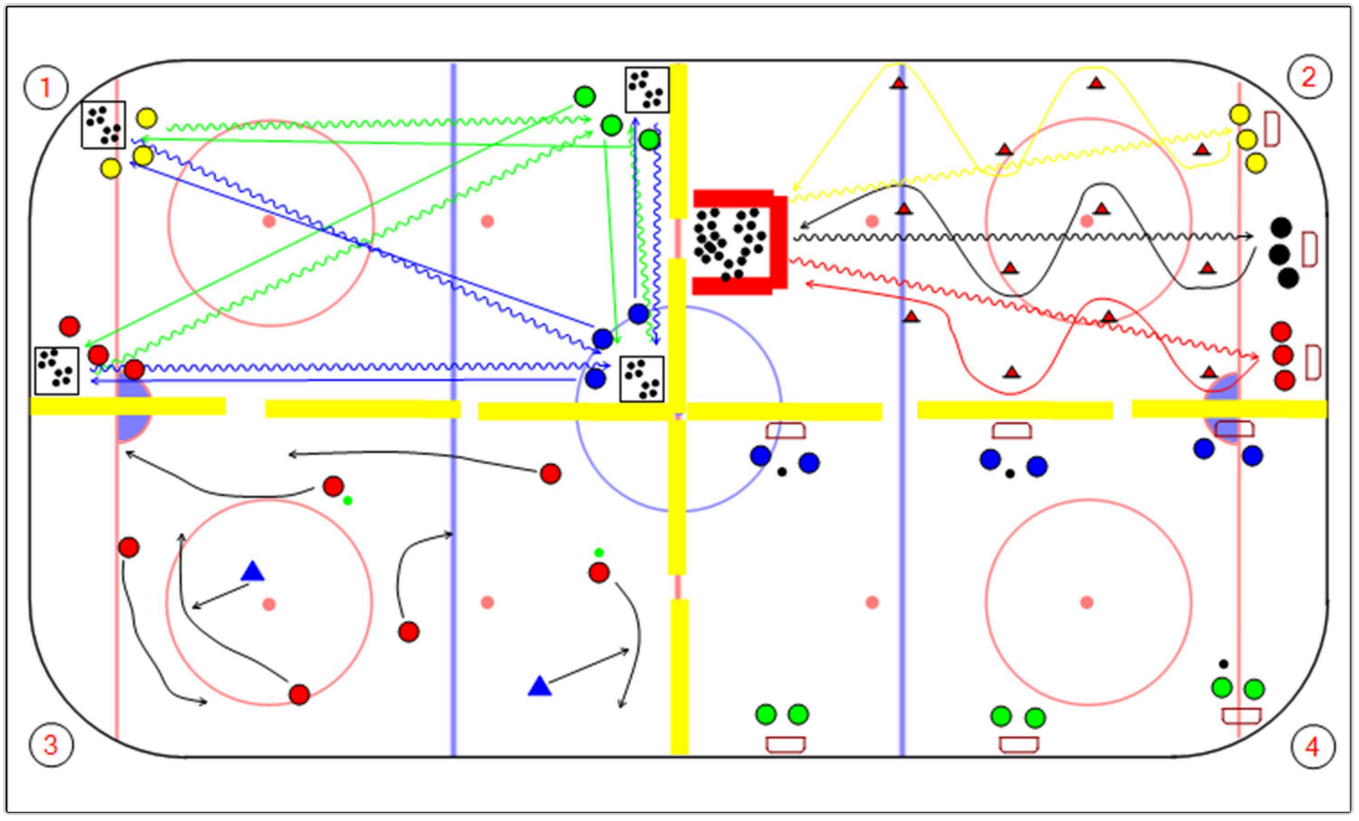
PIANO DI ALLENAMENTO · HOCKEYSCHULE | FASE F1

Lo scoiattolo Scratch

Allenamento a posti. Tutti i posti si svolgono contemporaneamente.

TEMA
Lo scoiattolo Scratch

GRUPPO TARGET E FASE
Hockeyschule (Fase F1)



POSTI (CONTEMPORANEI)

Rubare le noci

Posto 1

Forma di base

Presto arriverà l'inverno. Gli scoiattoli devono raccogliere più noci possibile. Quattro squadre diverse giocano l'una contro l'altra. Tutte le squadre hanno lo stesso numero di dischi (noci) nel loro angolo (tana). Al via, ogni squadra cerca di rubare dei dischi a una delle altre tre squadre e di portarli nella propria porta (tana). Il gioco si svolge a tempo. Quale squadra ha più dischi alla fine?

Andare a prendere le noci

Posto 2

Forma di base

Staffetta: gli scoiattoli devono attraversare il bosco (percorso con slalom), raccogliere una noce (disco) e riportarla alla tana (partenza). Si continua finché non ci sono più dischi nel quadrato. Quale squadra ha raccolto più noci?

Noci sugli alberi

Posto 3

Forma di base	Tre noci (dischi) sono ben nascoste, e precisamente sugli alberi (nelle mani dei cerchi rossi). Gli scoiattoli (triangoli blu) devono trovare le noci. Non appena uno scoiattolo è salito su un albero (un cerchio rosso è stato catturato), il bambino catturato deve mostrare le mani. Così lo scoiattolo vede se ha trovato una noce oppure no. I bambini sugli alberi (cerchi rossi) possono scambiarsi i dischi tra loro. Quanto tempo impiegano i triangoli blu a trovare tre dischi?

Seppellire le noci

Posto 4

Forma di base	Si gioca 2 contro 2 o 3 contro 3, in modo che tutti i bambini partecipino molto al gioco. Gli scoiattoli cercano di seppellire la noce (disco) nel terreno (porta avversaria). Quando sono state seppellite tre noci, la scorta invernale è completa.

Questa pianificazione dell'allenamento è una bozza. I tuoi riscontri su contenuto, fattibilità e layout sono benvenuti. Contatta direttamente Emanuel Frei: emanuel.frei@sihf.ch